

УТВЕРЖДАЮ:

Заведующий МБДОУ детский сад №96 «Калинка»

Т.В. Шангина



Оригинал утвержден заведующим МБДОУ №96

МЕНЮ

Для маленьких «нехочух»

На 14 мая 2024 года

Прием пищи, наименование блюда	Масса гр	Пищевые вещества, г			Энерг. ценн., ккал
		жиры	белки	углеводы	
ЗАВТРАК					
Кофейный напиток с молоком (какао порошок, сахар, молоко 3,2%)	150/180	4,14	3,98	31,39	179,82
Каша геркулесовая, молочная вязкая (геркулес, молоко 3,2 %, сахар-песок, масло сливочное 72,5%, соль йодированная)	180/200	6,40	9,48	23,02	203,02
Бутерброды с маслом (масло сливочное 72,5%, батон пшеничный в/с)	25/30	1,94	17,83	11,27	213,5
ЗАВТРАК 2					
Йогурт питьевой с земляникой 2.5%	100/120	10,08	9,00	40,68	291,6
ОБЕД					
Суп " Харчо"(филе мясо говядины, картофель, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное, соль йодированная, крупа рисовая, томатная паста, сметана 15%, масло сливочное 72,5%, чеснок)	150/200	7,06	9,56	24,98	215,16
Котлета рыбная в томате с овощами (рыба свежая, лук репчатый, морковь, соль йод, масло растительное, масло слив, соус красный)	60/80	25,24	11,94	1,72	215,74
Пюре картофельное (картофель, масло сливочное 72,5%, молоко 3,2%, соль йод.)	110/130	4,18	6,69	21,53	163,59
Напиток лимонный (лимон, сахар-песок)	150/180	0,11	0,02	21,94	86,15
Хлеб пшеничный высшего сорта йодированный	60/70	2,77	0,35	16,90	74,76
ПОЛДНИК					
Яблоко	100	0,40	0,40	9,80	44
УЖИН					
Сырники творожные с вареньем (творог, сахар-песок, яйцо, масло сливочное 72,5%, крупа манная, соль йодированная, варенье)	120	32,28	26,42	54,22	584,69
Чай без сахара (чай черный, вода)	150/180	0,07	0,00	9,00	34,79
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:	1355/1590	94,67	95,67	266,45	2306,82